

Alberto Pellai – Barbara Tamborini

Tații vin de pe Marte, mamele de pe Venus

*Ghid pentru părinți
destinat uzului terestru*

Traducere: Raluca Marinache



București, 2019



World copyright © 2014 DeA Planeta Libri S.r.l., Novara

Titlu original: *I papà vengono da Marte, le mamme da Venere*

Ediție în limba română publicată prin înțelegere cu Agenția literară Livia Stoia.

© Didactica Publishing House, 2019

Toate drepturile rezervate pentru limba română.

Nicio parte a acestei lucrări nu poate fi reprodusă sau stocată fără acordul editurii.

ISBN 978-606-683-996-9

Editor coordonator: Florentina Ion

Traducător: Raluca Marinache

Consultant de specialitate: Alina Alexoiu, psiholog clinician

Redactor: Adrian Popescu

Corector: Lorina Chițan

DTP: Cristina Dumitrescu

Didactica Publishing House

Bdul Splaiul Unirii nr. 16, Clădirea Muntenia Business Center,

etaj 5, 506, sector 4, București

Comenzi și informații: telefon/fax: +40 21 410.88.14; +40 21 410.88.10

e-mail: office@edituradph.ro;

www.edituradph.ro

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

PELLAI, ALBERTO

Tații vin de pe Marte, mamele de pe Venus : ghid pentru părinți

destinat uzului terestru / Alberto Pellai, Barbara Tamborini ; trad.: Raluca

Marinache. - București : Didactica Publishing House, 2019

I. Tamborini, Barbara

II. Marinache, Raluca

159.9

Cuprins

Introducere. Mama și tata în confruntări	11
„Baby shock”	11
Luminița de la capătul tunelului	12
Nu te înțeleg	13
În mintea celuilalt	17
Planete diferite	25
 Capitolul 1. Testul: totul începe aici	 29
Cum vede ea	29
Cum vede el	33
Provocarea	37
În mintea femeilor	42
În mintea bărbaților	44
Sfaturile mamei pentru tată	47
Sfaturile tatălui pentru mamă	48
 Capitolul 2. Sarcina	 51
Cum vede el	51
Cum vede ea	55
Provocarea	61
În mintea bărbaților	66
În mintea femeilor	68
Sfaturile tatălui pentru mamă	71
Sfaturile mamei pentru tată	74

Capitolul 3. Nașterea 75

Cum vede ea	75
Cum vede el	81
Provocarea	86
În mintea femeilor	90
În mintea bărbaților	93
Sfaturile mamei pentru tată	96
Sfaturile tatălui pentru mamă	97

Capitolul 4. În sfârșit, acasă! 101

Cum vede el	101
Cum vede ea	107
Provocarea	114
În mintea bărbaților	123
În mintea femeilor	126
Sfaturile tatălui pentru mamă	129
Sfaturile mamei pentru tată	131

Capitolul 5. Momentul tatălui 133

Alăptarea	133
Cum vede ea	133
Cum vede el	140
Înțarcarea și cina la masă	143
Cum vede ea	143
Cum vede el	146
Provocarea	150
În mintea femeilor	156
În mintea bărbaților	160
Sfaturile mamei pentru tată	163
Sfaturile tatălui pentru mamă	164

Capitolul 6. În patul nostru - DA sau NU 167

Cum vede el	167
Cum vede ea	173

Provocarea	179
În mintea bărbaților	185
În mintea femeilor	188
Sfaturile tatălui pentru mamă	191
Sfaturile mamei pentru tată	192

Capitolul 7. A ne juca împreună 195

Cum vede el	195
Cum vede ea	201
Provocarea	205
În mintea femeilor	213
În mintea bărbaților	215
Sfaturile mamei pentru tată	219
Sfaturile tatălui pentru mamă	221

Capitolul 8. Mofturile 223

Cum vede el	223
Cum vede ea	229
Provocarea	233
În mintea bărbaților	238
În mintea femeilor	242
Sfaturile tatălui pentru mamă	247
Sfaturile mamei pentru tată	248

To be continued...

Mersul la grădiniță 251

Cum vede el	251
Cum vede ea	256

Mulțumiri	261
-----------	-----

Bibliografie	263
--------------	-----

Capitolul 2

Sarcina

Cum vede el

Îmi povestești de săptămâni întregi. Cursul tău de pregătire pentru naștere este un moment minunat.

„Ce noroc că l-au inventat” continui să repeți.
„Trebuie să fii și tu prezent de fiecare dată.”

„Sigur, draga mea, dar, dacă vin la toate întâlnirile, îmi explici cu ce bani vom cumpăra căruciorul cu design suedez, fașa cea mai comodă care există pe planetă și cele două stații radio pentru a putea auzi cum respiră chiar și când suntem în altă cameră?”

„Bine, bine, toți bărbații sunteți la fel, vă gândiți numai la muncă. Dar promite-mi că, atunci când va fi întâlnirea pentru tați, vei veni fără să faci vreo scenă.”

Și iată-mă aici: în dimineața asta mă bărbieresc ca de obicei, dar când voi ieși pe ușă nu voi merge la muncă. Voi veni cu tine la consult și voi participa într-un sfârșit la întâlnire: împreună este mai bine,

deoarece tații fac diferența atunci când vine vorba de a se naște un copil.

„Scuză-mă: dar este nevoie de un curs ca să mi se explice că sunt important? Altfel, din punctul tău de vedere, aș ramâne acolo, într-un colț, și aș observa nașterea și creșterea capodoperei noastre fără a avea nicio idee despre ce trebuie să fac?”

Când ți-am pus această întrebare, ai început să râzi și apoi m-ai întrebat: „Care este diferența pe care a știut să o facă tatăl tău în viața ta?”

„A muncit ca un nebun întotdeauna, a trecut printr-o mulțime de probleme pentru a nu-mi lipsi mie nimic. Dacă am ajuns unde sunt astăzi, asta i-o datorez, fără niciun dubiu, și lui.”

„Da, iubire, dar eu nu mă refer la diferența pe care a făcut-o salariul său pentru dezvoltarea ta profesională. Vreau să spun: ce anume te-a învățat despre paternitate, despre a avea un copil mic, despre ce anume trebuie să faci când îi ești alături?”

„Alături? Cum adică alături? El nu putea să stea cu mine, deoarece era mereu la muncă, iar când se întorcea acasă era atât de obosit, dar atât de obosit, încât trebuia să meargă să se odihnească. Dar mereu era cu noi la masă. Iată ce anume am învățat: că trebuie întotdeauna să mănânci cu copiii.”

„Ah, perfect, ai răspuns, deci el e primul care ți-a dat de mâncare, apoi te-a învățat cum să ții în mână

tacâmurile, să nu te stropești cu supa și să stai cuminte la masă fără să faci figuri.”

„Dar ce legătură are asta? Ce tot spui acolo? Eu îți vorbesc despre adolescență, când o figură paternă este într-adevăr folositoare, deoarece te ajută să te orientezi printre miile de pericole.”

„Minunat, acum vrei să spui că trebuie să mă aștept să am alături de mine un tată congelat până când copilul va avea vârsta pentru permis. În acel moment te decongelezi și astfel vei interveni și îi vei salva viața, dacă se urcă la volan beat sau dacă vecinii îl văd cum face cascadorii cu motorul.”

„Un tată congelat. Frumoasă imagine”, mă gândesc. Însă nu îi spun și ei asta. În definitiv, reparcând povestea creșterii mele, pot confirma că am avut un părinte în stare de hibernare, cel puțin până în adolescență. Apoi, l-am scos afară din frigider și după ce am împlinit paisprezece ani și-a făcut simțită prezența. Uneori chiar prea mult. Înainte de asta, admit că nu am prea multe amintiri, de exemplu cu mine de când eram copil, alături de el, în timp ce ne jucam sau făceam ceva distractiv. El muncea tot timpul, și când era acasă se odihnea, pentru că era obosit. Și cu asta, basta!

„Poate mi-ar folosi să studiez puțin materia”, am admis eu pe un ton înalt, deoarece am auzit bine cuvintele ce mi-au ieșit pe gură. „Și, fie, voi merge la cursul tău de pregătire pentru naștere.”

„Nu e cursul meu, iubire, e cursul nostru: este deschis și mamelor, și taților, care sunt bine veniți de la prima până la ultima lecție. Apoi, din moment ce niciun tată nu se prezintă, au decis să țină două întâlniri special pentru voi, astfel să veniți măcar așa, și să nu păreți invizibili.”

Invizibil: iată ceva ce nu vreau să fiu pentru voi doi. Vreau să mă vedeți. Și vreau să mă văd în timp ce mă vedeți.

Poate asta a fost ceea ce m-a convins că participarea împreună la cursul de pregătire pentru naștere este importantă pentru tine și nu înseamnă doar să îndeplinim o formalitate.

Intru, iar acolo sunt și alți viitori tătici. Un obstetrician ne ajută să ne familiarizăm cu tot ceea ce se întâmplă în sala de naștere și apoi ne învață un masaj ce atenuează durerile travaliului.

Dar mai presus de toate îmi place să aud ce anume au de povestit ceilalți bărbați. Și ei spun că de multe ori se simt înfricoșați de revoluția ce urmează să se abată asupra propriei lor existențe.

Mă consolez când, în timpul unei pauze, vorbesc cu un alt tată aflat în așteptarea unui copil. Îmi povestește că e pilot de avion și, puțin rușinat și vorbind aproape în șoaptă, afirmă că se simte mai liniștit când se gândește că ar trebui să aterizeze cu un jet cu 200 de pasageri la bord în timpul unei furtuni, decât când

se gândește la ideea de a schimba scutece sau a face baie copilului pe care îl așteaptă.

Pe scurt, noi, bărbații, suntem mai intimidați de un ghemotoc de nici 4 kilograme, decât de un jet de câteva tone aflat la cheremul unei furtuni. Însă apoi m-am gândit că, dacă eu și pilotul trăim exact aceleași frici și emoții, poate este pentru că e inevitabil ca nașterea primului copil să nu ne șocheze în mod total și absolut. Poate că a deveni părinte înseamnă și asta: a învăța să ținem cont de furtunile emoționale din interiorul nostru și, în loc să ne speriem și să ne fie frică de nimic, să le împărtășim celor care ne sunt alături.

Uite, trebuie să îți spun: momentul cursului care mi-a plăcut cel mai mult a fost intervalul în care, în timp ce beam o cafea, am vorbit cu pilotul de avion. Nu poți să-i spui obstetricianului că, mai mult decât să învățăm cum să vă masăm în timpul travaliului, ne-ar plăcea să mergem în altă cameră, poate cu un bărbat psiholog, și să învățăm să facem ceva pentru voi, dar și ceva pentru noi? Din punctul tău de vedere cer prea mult?

♀ Cum vede ea

Am început cursul de pregătire pentru naștere. Este incredibil. Am renunțat de curând la muncă și deja am o listă de angajamente cu normă întreagă pe

care trebuie să le respect în decursul pregătirii pentru naștere. Când i-am citit soțului meu programul, a rămas cu gura căscată.

„E ca un masterat?” m-a întrebat pe un ton serios.

Îi spuseseam că voiam foarte mult să mergem mereu împreună.

Mi-a zâmbit: „Ai impresia că eu am timp de asta? Trebuie să merg să produc bani!”

Am citit în ochii lui orgoliul acela al omului peșterii.

Eu, însă, am intenția să frecventez fiecare sesiune a cursului. Am dorința de a cunoaște alte mame cu burtică și să le pun toate miile de întrebări pe care le am în cap.

În ultimul timp nu am vorbit despre altceva în afară de sarcină, am creierul răscolit doar de micuțul pe care îl am în burtă. Am uitat și de ziua de naștere a celei mai bune prietene a mea. Nu-mi vine să cred. Nu mi s-a mai întâmplat niciodată. Și nu mai spun că în ziua aceea am mai și sunat-o să o rog să îmi împrumute body-ul mărima zero al fiului ei. Mă gândisem că nu are rost să mai caut eu altul.

Am pierdut și evidența delegațiilor soțului meu la serviciu. I-am pus aceleași întrebări de trei ori. Mă întreb cum poate să reziste alături de cineva cu un creier atât de atrofiat. Seara, în timp ce stau întinsă pe canapea și el îmi vorbește, casc atât de des, încât mă tem că mi se va bloca mandibula. Am încercat o

grămadă de poziții pentru a mă menține trează, dar lui nu îi place să îl asculte în timp te întinzi, deci în cazul ăsta să nu se plângă!

Până la urmă, am o mulțime de gânduri care-mi aleargă prin minte. Nu reușesc să mă opresc din a naviga pe internet. Sunt niște site-uri nebune pe care îmi măcelăresc cardul de credit.

„Tu îți dai seama?”, ți-am spus seara trecută. „Ei vând blană de oaie de pus în cărucior. Adevărat, au și animale de pluș!”

Te-ai uitat la mine cu compasiune. Și slavă cerului că nu am menționat cât costau toate astea! Ți-am arătat și un pătuț minunat din mesteacăn sculptat manual, o piesă unică, dar și cu preț pe măsură.

Sunt posedată de instinctul matern, chiar și când ies din casă nu fac altceva decât să vorbesc despre burta mea.

Toată lumea mă întreabă când am să nasc, chiar și străinii, inclusiv bărbații: poștaşul, grădinarul, casiera. Nu m-am mai simțit niciodată așa, în centrul atenției. Poate ar părea nepoliticos să mă ignore.

„Dar ce burtică frumoasă aveți... e băiețel?” (presupunerile), „Ai burta mai jos decât era ieri” (prieteni cu detectoare laser), „Ești toată o burtă!” (cei care vor să te facă să te simți grasă), „În sfârșit, iată-ne aici!” (cei care nu te văd prea des), „Cu siguranță, trebuie să fie o emoție extraordinară atunci când îți simți copilul că dansează înăuntrul tău” (poetii), „Dumnezeule, cum

poți să rezisti cu greutatea asta? Nu poți să-l faci să iasă mai devreme?" (mătușile singure). „Cât te invidiez, ce frumos era când aveam și eu burtică!” (mamele nostalgice de vârsta a doua), „Pot să o ating?” (cei mai îndrăzneți), „Ar trebui să încerci să...” și aici, fiecare îți dă sfaturile pe care le are în inimă în mod special pentru tine. Voi încheia, deși aș putea să continui.

Nu e vina mea că mi s-a activat imaginația. Dacă mă gândesc la tine, mi te imaginez cu pruncul în brațe, în miezul nopții, în timp ce eu dorm binecuvântată. Iată visele mele erotice din acest moment!

Îmi lipsești atunci când încerc să aduc din garaj pledul pe care ni l-a dat sora ta.

În timpul nopții, în pat, te iau de mână atunci când fătul se mișcă de parcă ar fi Pele sau Carla Fracci (pentru că insistăm că nu vrem să știm dacă va fi băiețel sau fetiță).

Am nevoie de tine atunci când am picioarele înghețate și tu încă nu ești în pat.

Seara trecută, când te-ai strecurat sub pătură, m-ai fixat cu o privire stranie. M-ai îmbrățișat. Eu te mângâiam pe obraji, tu mă sărutai. Eu eram cu burta în sus, tu stăteai pe-o parte pentru a putea fi alături de mine.

De ce nu reușesc să mă opresc din a mă gândi la ce marsupiu pentru bebeluș voi cumpăra? Ajutor! Vreau să revin la a fi o femeie! Corp, vino și salvează-mă, prinde viață, ce lene a cuprins toate terminațiile

tale nervoase? Sunt anesteziată, deja e prea mult. Îmi displace să ți-o spun, dragul meu, dar mintea mea este la perioada postnatală, dă-mi pace.

A trecut ceva timp de când nu mai facem dragoste, să fie oare acesta un motiv? Mai sunt doar patruzeci de zile (mai mult sau mai puțin) până la naștere. Apoi, încă o lună, doar pentru a-mi trece amețeaua produsă de venirea pe lume a copilășului nostru (gândul că un căpșor poate să iasă pe acolo nu încetează a mă impresiona) și îți promit că îmi voi regăsi feminitatea. Poate pentru câteva seri voi înceta să mai vin în pat îmbrăcată în pijamalele tale și voi cumpăra o cămașă de noapte din dantelă.

Mă gândesc la toate acestea în timp ce tu, neobosit, încerci să mă iei lângă tine. Apoi, se întâmplă ceva, simțurile mi se trezesc la viață și dorința de tine explodează în interiorul meu. Mi se pare un miracol, o pauză forțată de la delirul nașterii. Sunt din nou soția ta. Sunt fericită că nu te-am respins și, mai presus de toate, că tu ai avut răbdare cu mine. Sunt vie! Întotdeauna au mai existat perioade mai lungi între noi, dar de data asta diferența de timp ți-a pus dorințele la grea încercare. Îmi place când ești așa tenace, acum reușesc să te simt și inima îmi tresaltă de bucurie. Am făcut dragoste și a fost minunat.

Azi, pentru prima dată, ajung la cursul de pregătire pentru naștere gândindu-mă la tine.

„Bună, ce bine îți stă cu salopeta! Ce frumoși sunt pantalonii tăi din pânza indiană, sunt comozi? De unde i-ai cumpărat? Ți-a trecut durerea de burtă, între timp? Ți-am adus cartea aceea despre care ți-am vorbit. M-am uitat pe site-ul despre care mi-ai zis...”

Astăzi, la curs, se vorbește despre cordonul ombilical și despre prima băiță. Este și un bărbat aici. Unul din zece. Poate că serviciul îi permite să fie aici. E ciudat, de obicei suntem doar femei.

Știi doar că sunt dispusă să fac orice, dar nu să mă ocup de cordonul ombilical. Ideea de a fi nevoită să am de-a face cu această umflătură îmi lasă o imagine insuportabilă. Dacă se deschide? Și iese totul? Cordonul acesta ne-a unit pe mine și această micuță ființă timp de nouă luni, acum e treaba ta să sărbătorești terminarea acestei simbioze. Și să îl tai. Stau liniștită, pentru că știu că vei ști cum să o faci. Sunt mișcări previzibile și nu vor exista surprize. Curățăm, bandajăm și ținem sub control.

În schimb, îți promit că mă voi ocupa de schimbatul scutecelor imposibile, acelea în care ți se prinde și părul, dacă este prea lung. Asta face parte din sarcinile mamei, cel puțin în casa noastră.

Peste patru zile va fi rândul tău. În sfârșit, vei veni împreună cu mine la întâlnirea taților din sala de naștere și va fi o întâlnire foarte utilă.

Primul lucru pe care te-ai gândit să îl faci în acest moment a fost să pregătești un CD. Sper că ai

pus suficient heavy metal pe el, încât să îmi acoperi urletele. Ai spus că va fi o surpriză.. Probabil pentru tine și obstetrician, pentru că eu cred că voi avea alte lucruri la care să mă gândesc. M-ai consultat și în legătură cu ideea de a aduce niște bomboane pentru a îndulci momentul. Dar de ce nu o sticlă de șampanie pentru a sărbători nașterea? Să sunăm la catering?

Am așa o frică nebună de naștere!... Mă bucur de această binecuvântată inocență, pe care nu am mai simțit-o niciodată, despre care nu știam, dar pe care persoanele apropiate mie vor să le-o povestesc. Citesc pe chipurile celor care deja au trecut prin această experiență expresii clare și concise când pun întrebarea: „Și cum a fost?” Vă rog, mințiți!

Când te întreb dacă am să reușesc, tu îmi răspunzi: „Desigur, iubire, toate au reușit.”

Exact, au reușit toate, iubire, toate, deoarece numai femeile pot fi atât de puternice. Și în timpul travaliului asta va trebui să îmi amintesc!

♀♂ Provocarea

Cursul de pregătire pentru naștere înseamnă să faci loc în mintea ta pentru copilul care urmează să vină pe lume.

Mamele îl poartă în pânțece. Pentru ele este imposibil să nu îi simtă prezența, să nu îi facă loc

înăuntrul lor și în propria lor viață. Tații, în schimb, pot să creeze acest loc doar cu ajutorul minții. Pe tot parcursul sarcinii, lor le lipsește o imagine concretă, precisă, de ansamblu.

Chiar dacă în literatura științifică se vorbește, în unele cazuri, despre sindromul Couvade (echivalentul sarcinii isterice la femeie, când există simptome fizice precum greața, vărsăturile și durerile abdominale, fără ca aceasta să fie însărcinată), adevărul este că singurul spațiu în care bărbatul poate da naștere unui copil în cele nouă luni de așteptare îl constituie propria sa minte.

Cursurile de pregătire pentru naștere reprezintă un instrument foarte util pentru ambii viitori părinți, deoarece le permit acestora să împărtășească cu alții un episod care poate genera neliniște, temeri și emoții intense, dar mai ales amândoi ajung la momentul nașterii cu starea de spirit corespunzătoare și cu un bagaj adecvat de cunoștințe.

Femeile au o înclinație naturală spre a aprofunda subiectul. Este un fapt bine cunoscut, mai ales din literatura de specialitate, care în fiecare an umple rafturile librăriilor cu zeci de noi titluri. Unele femei chiar se pierd într-un fel de bulimie informativă: vor să citească orice text disponibil, să știe totul, să cunoască toate detaliile.

Bărbații sunt foarte diferiți. Se pregătesc puțin, au o abordare mult mai concretă: „Atunci când se va

întâmpla, voi învăța tot ce e de învățat și eventual voi merge să caut informații care îmi vor fi de folos în acel moment precis.” Pe scurt, în timp ce mamele preferă să anticipeze, tații se ghidează după instinct.

A ajunge în fața marelui eveniment știind deja la ce să ne așteptăm, totuși, este important pentru toți, atât pentru bărbați, cât și pentru femei. Au înțeles bine organizatorii cursurilor de pregătire „pentru a veni pe lume”, mai rar definite drept „cursuri de pregătire pentru naștere”, că schimbarea acestei terminologii corespunde unei profunde transformări de caracteristici și obiective.

În timpul cursurilor se discută nu numai despre ceea ce se întâmplă în sala de naștere, ci mai ales cum anume se schimbă viața bărbatului și cea a femeii.

Dacă în trecut se țineau lecții unde specialiștii explicau tot ceea ce știu despre placentă și naștere, despre alăptare și depresia postnatală, în prezent a fost abandonată această abordare, menținută mulți ani, în favoarea întâlnirilor structurate ca o terapie de grup.

Participanții, acum, sunt încurajați să îi întrebe pe cei care cunosc mai multe și să discute despre propriile lor temeri. Emoțiile devin mult mai importante decât informațiile și cei prezenți creează o comunitate capabilă să împărtășească experiențe atât bune, cât și rele, gânduri vesele, dar și triste,